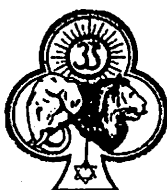
ஆத்ம சக்தி



இயற்றியவர்: ஸ்ரீமத் சுவாமி சித்பவானந்தர்

ஆத்ம சக்தி



प्रज्ञानं ब्रह्म

இயற்றியவர்

ஸ்ரீமத் சுவாமி சித்பவானந்தர்

ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண தபோவனம்
திருப்பராய்த்துறை - 639 115
திருச்சிராப்பள்ளி மாவட்டம்
1998

தபோவனத் தொடர் 4

பதினாறாம் பதிப்பு 1998 5,000 பிரதிகள்

திருப்பராய்த்துறை ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண தபோவனம்
காரியதரிசியால் பிரசுரிக்கப்பட்டது

விலை ரூ. 5-50

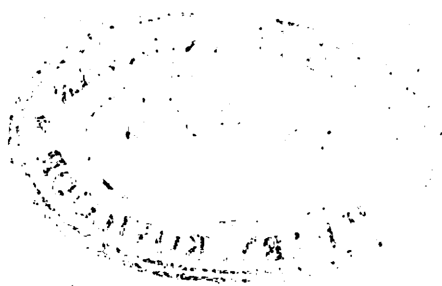
தபோவன அச்சுப்பள்ளி, திருப்பராய்த்துறை.

பொருளடக்கம்

அத்தியாயம் பக்கம்

அப்பியாசத்தை இடையறாது செய்துவந்தால் மனஅடக்கம் உண்டாகிறது. மனஅடக்கம் பழகியவன் ஆமைக்கு ஒப்பாகிறான். ஆமை தன் அவயவங்களை சுருக்கிக் கொண்ட பிறகு நாம் எவ்வளவுதான் முயற்சி பண்ணினாலும் அவ் அவயவங்களைப் புறத்தில் கொண்டுவர முடியாது.

- ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்



ஆத்ம சக்தி

கட்டக் கழன்று கீழ்நான்று வீழாமல்
அட்டத்தைக் கட்டி அடுப்பை அணைகோலி
விட்டத்தைப் பூட்டி மேற்பையைத் தாட்கோத்து
நட்ட மிருக்க நமனில்லை தானே.

— *திருமூலர்*

1. வாழ்க்கைக்கு உறுதுணை

மனிதன் உயிர்வாழ்ந்திருந்தால் மட்டும் போதாது. யாண்டும் நலம் மிகப் பெற்றுப் பெருமையுடன் வாழவேண்டும். வாழ்க்கையை வீடு கட்டுவதோடு ஒப்பிடலாம். வீட்டுக்கு வெளி அலங்காரத்தைவிட முக்கியமாக வேண்டப்படுவது அஸ்திவாரம். அது பலப்படாது போய்விடின் பாக்கிப் பகட்டுகள் பயன்படா. கற்பாறை போன்று அசைக்க முடியாத அஸ்திவாரமே மனைக்கு மாண்பும் வலிவும் மிக அளிக்கவல்லது. வாழ்க்கையை வகைப்படுத்திய நமது முன்னோர்கள் அதற்கு அழியாத அஸ்திவாரம் எது என்பதையும் ஐயம் திரிபற விளக்கியுள்ளனர். எண்ணரிய பிறவிகளில் மானுடப் பிறவிதான் அரிதிலும் அரிது என்று அவர்கள் முரசறைந்தது வெறும் வீண் வார்த்தைகளல்ல. ஜீவிய சம்பந்தமாக அவர்கள் கண்டறிந்த பேருண்மையைப் புகட்டுதற் பொருட்டே அங்ஙனம் மொழிந்தனர். முக்தி அல்லது பரம்பொருளில் ஐக்கியமாதல் உட்பட எத்தகைய உயர்நிலையை வேண்டுமானாலும் பெறுதற்கு மானுடப் பிறவி ஒன்றே உற்ற உபாயமாகும். மேலாம் அந்தஸ்தை எய்த விரும்பும் தேவர்கள்கூட இவ்வுலகில் வந்து மானுடராய்ப் பிறக்கவேண்டுமாம். கிடைப்பதற்கரிய இத்தகைய சந்தர்ப்

பத்தைப் பாழ்படுத்துதல் மடமையாகுமன்றோ? பெரு வாழ்வு, பேரறிவு, பேரின்பம் இவை போன்ற மாண்புகளை நீத்துவிட்டுத் துன்பம் நிறைந்த அற்ப வாழ்வைக் கைக் கொள்வது முறையன்று. பிணியறியாப் பேராளர், எண்ணி யதை எண்ணியாங்கு எய்தவல்ல வீரர், நமனை அஞ்சாதவர், நரகத்தில் இடர்ப்படாதவர்—இத்தகைய பெருமக்கள் நம் நாட்டில் பிறந்தது வெறும் காரணமற்ற குருட்டு வாய்ப் பன்று. கல்வியறிவிற் சிறந்தவர்கள் திகைத்திடும்படி ஞானம் பேசிய ஞானசம்பந்தர், நசிகேதர், சுகதேவர் முதலிய பாலயோகிகள் தோன்றிய காலமும் இருந்தது. அத்தகைய மகோன்னத நிலையில் இருந்த சமூதாயம் இப் பொழுது எண்ணிறந்த பயங்களாலும், சஞ்சலங்களாலும், அதிருப்திகளாலும் பீடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அஞ்சாத நெஞ்சம் படைத்த வீரர்களையும், பேரன்பே வடிவெடுத்த பரம புருஷர்களையும், தியாக மூர்த்திகளையும் தேசத்தில் காண்பது இக்காலத்தில் மிக அரிதாய்விட்டது. இதற்குக் காரணம் யாது?

அக்காலத்தில் அக்னிபோன்று ஜ்வலித்துக்கொண் டிருந்த பிரம்மச்சரிய ஆச்ரமமானது இக்காலத்தில் இருக்கு மிடம் தெரியாது பாழாய்விட்டது. உயிர்க்கு உறுதுணை யாகிய அதன் உட்பொருளை அறிந்துகொள்ளாது அதைப் புறக்கணிப்பவர்களே பெரிதும் இந்த ஞான பூமியில் இக் காலத்தில் தோன்றியிருக்கின்றனர். விலங்குக் கூட்டத் தின் வாழ்க்கையைவிட மானுட வாழ்க்கை மிக மேலான தென்று அறிந்த நம் முன்னோர்கள் அதை நான்கு ஆச்ரமங் கள் அல்லது படித்தரங்களாகப் பகுத்தனர். அவைகள் பிரம்மச்சரியம், கிருஹஸ்தம், வானப்பிரஸ்தம், சந்நியாசம் என்பனவாம். அவைகளுள் வாழ்க்கைக்கு அஸ்திவாரம்

போன்றிருப்பது பிரம்மச்சரியம். ஆயுள் முழுதுக்கும் அது உயிர் ஊட்டுகிறது. இம்மைப்பயன், மறுமைப்பயன் ஆகிய இரண்டுக்கும் அது ஆணிவேர் போன்றது. மாந்தர் அனை வருக்கும் அது மாண்பு அளிக்கவல்லது. ஆண், பெண் ஆகிய இருபாலார்க்கும் பிரம்மச்சரியம் பொதுவானது. இல்வாழ்ப வனுக்குப் பிரம்மச்சரிய விரதம் வேண்டியதில்லை என்னும் அக்ஞான இருளில் இதுபோழ்து மக்கள் உழல்கின்றனர். அத்தகைய அறியாமையே சமுதாயத்தின் வீரியம் குறைந்த தற்குக் காரணமாகும். பள்ளிக்கூடத்தில் படிக்கும் பிள்ளை ஒரு வகுப்பில் தேர்ச்சி பெற்றாலன்றி அதைவிட மேலான வகுப்புக்குப் போக முடியாது. அதுபோன்று பண்டைக் காலத்து வாழ்க்கை முறையில் பிரம்மச்சரிய ஆச்ரமத்தில் ஸ்திரமானாலொழிய ஒருவன் ஏனைய எந்த ஆச்ரமத்துக்கும் அருகன் ஆகான். வாழ்க்கைக்கு யாண்டும் பொன்றாத் துணையாவது பிரம்மச்சரியம்.

2. பயிற்சிகளுள் பெரியது

கல்வி பயிலும் பருவம் பிரம்மச்சரிய ஆச்ரமம் என்று சொல்லப்படுகிறது. கலைகள் பயிலுதற்கு இளமைப் பருவமே சாலச் சிறந்தது. அதனாலேதான் 'இளமையிற் கல்' என்றும் ஆணை பிறந்தது. மானுடராய்ப் பிறந்தவர் எல்லாருக்கும் இது பொதுவான நெறி. இதன்படி ஒழுக எல்லாரும் கடமைப்பட்டிருக்கின்றனர். பிள்ளைப் பருவம் புதிதாக வனைந்த சட்டி போன்றது. அப்போது அதன்மீது பதிப் பிக்கப்படும் உயர்ந்த எண்ணங்களும் சீரிய இயல்புகளும் என்றைக்கும் மாறா. மாணாக்கர்களுக்குத் தொழிற்கல்வி இன்றியமையாதது என்று இக்காலத்தில் உலகெங்கும் உள்ள அறிஞர்கள் வற்புறுத்தி வருகின்றனர். இந்தியாவும்

இந்த இயக்கத்தில் ஈடுபட்டிருக்கிறது. உடல் உழைப்பை ஒட்டிய தொழில் ஆடவர் மகளிர் ஆகிய இருபாலாருக்கும் வேண்டப்படுவது என்பதும், அப்பயிற்சி இளம் பிராயத்தி லேயே அளிக்கப்படவேண்டும் என்பதும் பலர் கருத்து. ஆனல் நம் நாட்டில் முன்பு ஒரு காலத்தில் இருந்த, இதை விட முக்கியமான பயிற்சி ஒன்றை மறந்துவிடலாகாது. அக் காலத்தைவிட இக்காலத்தில் அது பெரிதும் வேண்டப்படு கிறது. மானுட வாழ்க்கையானது பரஸ்பர உதவியை அடிப் படையாகக் கொண்டது என்னும் கோட்பாடு இந்நாளில் அறவே மறைந்து போய்விட்டது. எங்கும் ஒரே போட்டி மயம். போர்க்களத்தின் காட்சியே யாண்டும் தென்படு கிறது. பகுத்தளித்தல் என்னும் பண்புக்குப் பதிலாகப் பறித் துப் பிடுங்குதல் என்னும் பாதகமே பார்க்குமிடமெங்கும் காட்சி கொடுக்கிறது. நவீனப் படிப்பு முறையே இத்தகைய புல்லிய நோக்கத்துடன் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. பழம் புனிதம் பாடசாலைகளை விட்டுப் பறந்தோடிவிட்டது. கல்வி யானது கைங்கரிய மயமாய் இருந்தது போய் இப்போது போட்டி மயமாய் மாறியிருக்கிறது. என்னென்ன முறைகளில் பிறரைவிடத் தாம் மேலாம் அந்தஸ்து வகிக்க முடியும் என் பதுவே இக்காலத்தவர் பெறும் பயிற்சியாகும். துவேஷமும் துயரமும் அதிகரிப்பது இதனுலேயாம்.

பண்டைக்காலத்திய பிரம்மச்சரிய ஆச்ரமம் எவ்வாறிருந் தது? செல்வத்தைவிடச் சீலம் சிறந்தது என்ற கொள்கையை அது அடிப்படையாகக் கொண்டிருந்தது. குணசீலத்தை வளர்ப்பதில் கவனம் முழுதும் செலுத்தப்பட்டது. ஒழுக்க மும் உயர் குணமும் உடையார்க்குப் பிற யாவும் உண்டு அஃதிலார்க்கு வேறு எது இருந்தும் பயன்படாது. நற்குண மும் நல்லொழுக்கமும் வெறும் ஏட்டுக் கல்வியால் வருவ

தன்று. ஒருவனுடைய புனித வாழ்வானது பலர் புனிதம் பெறுதற்குத் தூண்டு கோலாகிறது.

நலம் பெறுதற்கு நல்லாரிணக்கம் இன்றியமையாதது. தோய்க்கும் சாயம் எதுவோ அதை வெள்ளை வேஷ்டி எளி தில் ஏற்பது போன்று சிறுவர் மனது சகவாசத்துக்கு ஏற்ப அமைகிறது. மேன்மையனைத்துக்கும் உறைவிடமாயிருந்த ஆசிரியர்களோடும் ரிஷிகளோடும் பிரம்மச்சாரிகள் குருகுல வாசம் பண்ணுவது முன்னாளில் ஏற்பட்ட முறையாகும். தம் பால் ஒப்புவிக்கப்பட்ட சிறுவர்களை அப்பெரியார்களும் சாலப்பரிந்து பராமரித்து வந்தனர். காந்தத்தினை அணுகிய இரும்பு, காந்தம் பெறுவது போன்று மாணாக்கர்களும் மாண்பு மிகப் பெறலாயினர். புலனடக்கம் இயல்பாகவே வந்து வாய்த்தது. தொண்டு புரிதலும் பிறர்க்கென வாழ்த லும் மலரானது மணம் கமழ்வதுபோன்று சர்வ சாதாரண மாய் அமையலாயின. உலையில் இட்ட இரும்பு துரு நீங்கப் பெறுவது போன்று சத்சங்கத்தால் தீக்குணங்களெல்லாம் பறந்தோடின. அஹிம்சை, க்ஷமை, தபசு முதலிய தெய்வத் தன்மைகள் என்றைக்கும் மாறா வண்ணம் மனதிற் படிந்தன. வாழ்க்கை இனிது பண்பட்ட பிறகு ஆத்ம சாதனம் பயிலு விக்கப்பட்டது. அத்தோடுகூட சமுதாய வாழ்க்கைக்குத் தேவையாயிருந்த தொழில்கள் பல கற்பிக்கப்பட்டன. தூய உள்ளம், அலர்ந்து ஞான ஒளிவீசும் முகவிலாசம், எக்காரியத் தையும் சாதிப்பதற்கு ஏற்றவாறு பயிற்சி பெற்ற உடல் ஆகியவைகளோடு அவ் இளைஞர் திகழ்ந்தனர். அத்தகைய மேலாம் பயிற்சிகள் யாவையும் பெற்ற பின்பே பிரம்மச்சாரி கள் சமூக வாழ்க்கையில் பிரவேசிக்க அனுமதியையும் ஆசீர் வாதத்தையும் பெற்றனர்.

பொருளை மிகப் படைத்திருப்பதாலேயே ஒரு தேசம் மேலானதாய்விடாது; செல்வம் சேமிப்பதும் ராஜ்யம் நிறுவுவதும் பெரிதல்ல. இகலோக வாழ்வுக்கு இவை யாவும் வேண்டப்படுவனவெனினும், இவைகளை நன்னெறியில் பயன்படுத்த வல்ல உத்தமர்களே இவைகளுக்குப் புனிதமும் பண்பும் வழங்குகின்றனர். ஆக எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக மக்களைத் தேவர் போன்று ஆக்குதலே நம் தேசியக் கல்வியின் குறிக்கோள் என்பதை யாண்டும் ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

3. உடலையும் உள்ளத்தையும் ஒட்டிய தத்துவம்

உணவு, உடை, உறக்கம் இவைகளின் தத்துவங்களை அறிந்து அதற்கேற்ப ஒழுகுவது நன்மை பயக்கும். இவை யாவையும்விட மேலானது உடலையும் உள்ளத்தையும் ஒட்டிய தத்துவம். மனத்தில் மாறுதல் உண்டாகும்போது சரீரத்திலும் மாறுதல் உண்டாகிறது. அவ்வாறே சரீரத்தில் உண்டாகும் மாறுதல் மனத்தையும் மாற்றியமைக்கிறது. உள்ளம் தளர்வுறும்போது உடலும் தளர்வுறுகிறது. ஒன்று வலிவு பெறும்போது மற்றதும் வலிவு பெறுகிறது.

உடல் முதிர்ந்து பக்குவமடைதல் என்பதொன்று உண்டு. பக்குவமடைதல் ஆண், பெண் ஆகிய இருபாலார்க்கும் பொதுவானது. பிரஜோத்பாதனம் அல்லது பிள்ளையைப் பிறப்பிக்கும் ஆற்றல் சரீரத்துக்கு உண்டாகும்போது அது பக்குவமடைந்ததெனக் கருதப்படுகிறது. பக்குவம் அடையும் பருவம் வரும்போது உள்ளத்திலும் உடலிலும் பல மாறுதல்கள் உண்டாகின்றன. வாழ்க்கையில் அது ஒரு நெருக்கடியான சந்தர்ப்பமாகும். அதுபோழ்து எந்த விதமாக நடந்துகொள்ளவேண்டும் என்று பெற்றோர்கள்

அல்லது ஆசிரியர்கள் இளைஞர்களுக்குப் புகட்டவேண்டும். ஆனால் தெளர்பாக்கிய வசத்தால் இக்காலத்தில் அதைப் பற்றிப் பேசுவார் கிடையாது. பகரத் தகுதியற்ற புல்லிய விஷயமென்று அதை அனைவரும் புறக்கணித்து விடுகின்றனர். பக்குவம் அடைந்து வரும் இளைஞர்களோ அத்தத்துவத்தை இன்னதென்று அறிந்துகொள்ளாது வாழ்க்கையைப் பல விதங்களில் பாழாக்கிவிடுகின்றனர். அவ்வாறு மானுட வர்க்கம் பாழாக்காவண்ணம் பண்டைக் காலத்தவர் பிரம்மச்சரிய ஆச்ரமத்தைப்பற்றி எச்சரிக்கை மிக எடுத்துக் கொண்டிருந்தனர். சமுதாயத்துக்குத் தபோதனர் செய்த பேருபகாரம் அதுவேயாம். உடலும் உள்ளமும் சின்னபின்னப்பட்டுக் கிடக்கிற இக்காலத்தில் அறிஞர் அது விஷயத்தில் பேருக்கம் செலுத்தவேண்டும். வாழ்க்கைத் தத்துவத்தை உள்ளபடி அறிந்து அதைப் பழக்கத்தில் கொண்டு வருவது அவர்களது கடமையாகும்.

வாலிபர் பக்குவம் அடைவது பன்னிரண்டாம் வயதுக்கு மேற்பட்டுப் பதினாறும் வயதுக்குள்ளாம். பக்குவமாதல் எவ்வளவு பிந்துகிறதோ அவ்வளவு உடலுக்கு நல்லது. விரைவில் அதாவது பருவத்துக்கு முன்னதாகவே பக்குவமாதற்குக் காரணங்கள் இரண்டு உண்டு. உஷ்ணப் பிரதேசத்தில் வசிப்பவர்கள் குளிர்ச்சி பொருந்திய நாட்டில் வசிப்பவர்களைவிட விரைவில் முதிர்ச்சியடைந்து விடுகிறார்களாம். அவர்களுக்கு ஆயுளும் பொதுவாகக் குறைவு என்றே சொல்லப்படுகிறது. இங்ஙனம் சீதோஷ்ணத்தால் வரும் பலாபலன்களைத் தடுப்பது எளிதன்று. விரைவில் பக்குவமடைதற்கு மற்றொரு காரணமுண்டு. அது மிக முக்கியமானது; அனைவரும் கவனிக்கவேண்டியதும் இதுவே. உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும் பெரும் பொருத்தமிருக்கிறது. மனதில்

காமமும் பால் எண்ணமும் (sexual thought) எந்த இளைஞர் களுக்கு அதிகம் உண்டாகின்றனவோ அவர்கள் விரைவில் சரீர முதிர்ச்சியடைந்துவிடுகின்றனர். வியாகுலப்படுபவர் களுக்கு விருத்தாப்பியமும் நரையும் வேகமாய் வருவது போன்று உள்ளத்தில் காம எழுச்சியை உகக்கும் சிறுவர் களுக்குச் சீக்கிரமாய் சரீர முதிர்ச்சி வந்துவிடுகிறது.

தங்கள் குழந்தைகளுக்கு மணம் முடித்து வைப்பதைப் பற்றிப் பெற்றோர்கள் எத்தகைய உவகையுடன் உரையாடு கிறார்கள் என்பது உலகறிந்த விஷயம். மக்களுக்கு அன்ன வர் ஆற்றும் பணி அதைவிட மேலானது ஒன்றும் இல்லை போலும்! இயற்கையாகப் பழுத்தற்குரிய காயைப் புகை போடுதல், வெப்பமூட்டுதல் முதலிய செயற்கை முறைகளால் விரைந்து பழுக்கும்படி செய்கின்றனர். அதனால் அது வெம்பிச் சுவையை இழந்துவிடுவது வெளிப்படை. அது போன்று தூய எண்ணங்களில் தோய்ந்து தெய்விகமாகத் திடம்பெற வளர்தற்குரிய சின்னஞ் சிறுவர்களுக்குக் காமம் என்னும் கொதிப்பை ஊட்டி விரைவில் முதிர்ந்து வீரியத்தை இழக்கும்படி செய்வது சமுதாயத்தையே பாழ்படுத்துவ தாகும். மரம் செடி கொடிகள் வலிவு பெற்று வளர்வதிலும், கால்நடைகள் கட்டுடையவைகளாவதிலும் கவனம் மிகச் செலுத்தப்படுகிறது. ஆனால் மக்கள் மட்டும் தங்களிடத்து உள்ள அறியாமையினால் தம் மாண்புகளையெல்லாம் வீணாக்குகின்றனர். இத்தகைய பெருஞ் சேதத்தைப்பற்றிச் சிந்திப்பார் இலர்.

4. பக்குவமடைதல்

உடலில் உள்ள அமைப்புகளில் மிக உயர்ந்தது மூளை. தாதுக்கள் அனைத்தின் சாரம் என்றே அதைச் சொல்லலாம்.

உறுதியான மண்டையோட்டினுள் அது இயற்கையாகவே நன்கு காப்பாற்றப்பட்டுள்ளது. அதற்கு மேலேயுள்ள முடியும் ஒருவிதமான பாதுகாப்பாகும். எண்ணம் என்னும் உயர்ந்ததும் சூக்ஷ்மமானதுமாகிய தத்துவம் மூளையின் வாயிலாகவே உத்பவிக்கிறது. மக்களை மிருகங்களினின்று சிறப்பிப்பது எண்ணம். அது சீரியதாகுமளவு மனிதனும் மேலோன் ஆகிறான். ஆதலால் எண்ணம் அல்லது சிந்தைக்குப் பிறப்பிடமாகிய மூளைக்கு அத்தகைய உயர்ந்த ஸ்தானம் அளிக்கப்பட்டுள்ளது. மூளையினின்று மூலாதாரம் வரையில் (அதாவது உடலின் அடிப்பாகம் வரையில்) சுஷும்னை என்னும் நாடி ஒன்று உண்டு. ஆங்கிலத்தில் அதை spinal cord என்பார்கள். முதுகுக்கு ஆதரவாயிருக்கும் முள்ளந்தண்டு அல்லது முள் எலும்புச் சங்கிலியின் நடுவில் ஒரு குழாய் வழியாக அது செல்லுகிறது. மூளையைக் கபால ஓடு காப்பதுபோன்று சுஷும்னை நாடியை முள்ளெலும்புச் சங்கிலி ஆதரித்து வருகிறது. ஜீவ நாடிகளுள் சுஷும்னை நாடியே மிக முக்கியமானது.

சிறுவர்களுக்குப் பக்குவம் வரும்போது மூளைக்கு ஒப்பாகிய ஓர் உயர்ந்த தாது சுஷும்னை நாடியில் உண்டாகிறது. உச்சந்தலையிலிருந்து மூலாதாரம் வரையில் அது பரவுதற்கு அறிகுறியாக ஆங்காங்கு ரோமம் வளர ஆரம்பிக்கும். சரீரத்தின் பக்குவ தசையை அது விளக்குகிறது. சுஷும்னை நாடியில் உண்டாகும் தாதுவானது பால் வேற்றுமைக்கு ஏற்பச் சுக்கிலம் என்றோ அல்லது சுரோணிதம் என்றோ சொல்லப்படுகிறது. ஆடவரிடத்து அது சுக்கிலம் என்றும் மகளிரிடத்துச் சுரோணிதம் என்றும் பெயர் பெறுகிறது. ஈண்டு நாம் அதை விந்து என்னும் பொதுப்பெயரால் அழைப்போம். மரத்தில் வித்து உண்டாவதுபோன்று மக்களிடத்து

விந்து உண்டாகிறது. மரம்வலிவு பெற்று வளர்வதற்கு வித்தே முதற்காரணம் என்பது தேற்றம். மரத்தைவிட மனிதன் எவ்வளவு மேலானவனோ, விந்தைப்பற்றிய தத்துவமும் அவ்வளவு மேலானது. ஆதலால் அறிவிற் சிறந்த மக்கள் அனைவரும் அதை நன்கு உய்த்துணரவேண்டும். இரத்தத்தில் மிக உயர்ந்ததும் சக்தி வாய்ந்ததுமான அணுக்களினின்று விந்து உண்டாகிறது என்று வைத்திய நிபுணர்களும் யோகியர்களும் ஒருங்கே இயம்புகின்றனர். தெள்ளியெடுக்கப்பட்ட ரத்தத்தின் சில நூற்றுக்கணக்கான துளிகள் சேர்ந்து ஒரு துளி விந்து ஆகின்றதாம். இரத்தத்தைவிட அது பன்மடங்கு சக்தி வாய்ந்தது. ஜீவகளை என்பது முற்றும் அதனூடே உள்ளது. எல்லாம்வல்ல இறைவனிடமிருந்து மக்களுக்கு வரும் பேராற்றல் அதுவேயாம். சூரிய ஒளிபோன்று அது எல்லாருக்கும் பொதுவானது. சரீரத்தில் விந்து உண்டாகப் பெறும் சிறுவர் அதை எங்ஙனம் உபயோகிக்கின்றனரோ அங்ஙனம் அவர்களுடைய வாழ்வானது உயர்வு அல்லது தாழ்வு எய்துகிறது. பணத்தை ஒரு மனிதன் மிக மேலான காரியங்களுக்குப் பயன்படுத்திக்கொள்ளக்கூடும். மற்று அதனால் தானும் உலகமும் துன்புறுமாறு துர்ப்பிரயோகப் படுத்தவும் கூடும். பணம் எல்லார்க்கும் சமனாக அகப்படுவதில்லை. விந்து என்னும் ஜீவதாதுவோ எல்லார்க்கும் பொதுவாய் இறைவனால் அளிக்கப்படுவதுமன்றி அது செல்வத்துள் மிகச் சிறந்ததாகும். அத்தகைய பெருஞ் செல்வத்தை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது என்பதே பலருக்குத் தெரியாதிருக்கிறது. விந்துவை என்னென்ன விதங்களில் உபயோகப்படுத்தினால் என்னென்ன நன்மைகளை அடையலாம் என்று மக்கள் அனைவர்க்கும் அறிவுறுத்துவதே நாம் அவர்களுக்குச் செய்யும் அரும்பணியாகும். இது சம்பந்தமான கோட்பாடு

களைக் கற்றறிந்து அவைகளை வாழ்வில் கடைப்பிடிக்குமளவு அவர்கள் நன்மை எய்துவர்.

5. காப்பது விரதம்

ஆகாயகங்கை கட்டுக்கடங்காது வேகமாய்ப் பூலோகத்துக்கு வருவதுபோன்று பக்குவமடைந்த சரீரத்தில் விந்து தாரை சிரசினின்று மூலாதாரத்தை நோக்கி வரும். நெருக்கடியான அப்பருவத்தில் காளைகளின் மனதில் புதிய புதிய எண்ணங்கள் உத்பவிக்கும். சிந்தையானது அப்போது பெரிதும் சிற்றின்பத்தையே நாடிச் செல்லும். சிற்றின்ப ஞானத்தைக் கேட்டறியாதவர்களுக்கும் அது ஜன்மாந்தர வாசனையின் பயனாக இயல்பாகவே உதித்துவிடும். இந்திரியங்கள் வேகம் பெற்று வெறிபிடித்துக் கட்டுக்கு அடங்காது அலைந்து திரியும். விஷய சுகங்களைப்பற்றி மனோராஜ்யம் பண்ணுவதில் பேருவகை உண்டாகும். மனம் திமிர்பிடித்துக்கொண்டு அற்பச் செய்கைகளில் சரீரத்தை உந்தித்தள்ளும். காம நோயால் உடற்றப்படும் காளைக்கு எப்படியாவது விந்துவைக் கலைப்பதற்கே எண்ணம் வரும். அதை விரயம் செய்தாலன்றி வெறியும் அடங்காது. அத்தகைய பொல்லாத நிலைமையில் இருக்கும்போதுதான் இளைஞர்கள் பலர் எத்தனையோ விதத் தீச்செயல்களுக்கு ஆளாகின்றனர். மதம் பிடித்த யானையைக் கட்டியடக்கினால் அது நமக்கு வேண்டிய வேலை செய்யும். ஆனால் அது போகின்ற வழியில் விட்டுவிட்டால் நம்மை மிதித்துக் கொன்றுவிடும். விந்துதாரையானது மத யானையைவிடப் பன்மடங்கு வீரியம் வாய்ந்தது. அதைச் சேதப்படுத்துபவன் வீரியத்தை இழந்து வாழ்க்கையை அறவே குலைத்துக்கொள்கிறான். அப்படியல்லாது அதை நல்வழியில் நன்கு காப்பது ஒன்றே அவன் அனுஷ்டிக்

கும் விரதமாகும். ஏனைய விரதங்களெல்லாம் இதனுள் அடங்கிவிடுகின்றன. நன்மை பயக்கும் ஒழுக்கத்துக்கு விரதம் என்று பெயர். விந்துவை விரயம்பண்ணுது காப்பதால் தெய்வ சம்பத்துக்கள் சகலமும் தாமே உண்டாகின்றன. அதை ஆத்மசக்தி என்கிறோம். ஆகையினுல் பிரம்மச்சரியம் ஒன்றே விரதம் என்று சிறப்பித்துச் சொல்லப்படுகிறது. ஆங்கிலத்தில் "Chastity is life and sensuality is death" என்று ஓர் அறிவுரை உண்டு. 'தூய்மையே வாழ்வு, சிற்றின்ப நுகர்ச்சியே மரணம்' என்பது அதன் பொருள். கெட்ட எண்ணமும் செய்கையும் விந்துவைக் கலைத்துவிடுகின்றன. விந்து நாசத்தைவிட உடலுக்குக் கேடுடையது வேறு ஒன்று மில்லை. வெண்ணெய் திரண்டு வரும் தருணத்தில் தயிர்ப் பாண்டத்தை உடைப்பதற்கு ஒப்பாகும் விந்துவை விரயம் பண்ணுவது. அத்தகைய தீச்செய்கையுடையவனது தேகத் தில் திட்பத்தைக் காண முடியாது. தைரியத்துக்கும் அவனுக்கும் வெகுதூரம். திடகாத்திரத்துடன் அவன் எக் கர்மத்திலும் பிரவேசிக்கமாட்டான். அவன் உள்ளத்தின்கண் ஊக்கத்தையும் உற்சாகத்தையும் காணமுடியாது. தேகம் தளர்வுற்றுக் கிடக்கும். முகம் வாடி வதங்கி ஜீவ களையற்றுப் போம். ஒளி மழுங்கிக் கண்களும் கெட்டுவிடும். வாலிபத் துக்கு இன்றியமையாத பொலிவு அழிந்து கிழத்தனம் தட்டும். புத்தியில் தீட்சண்யம் இராது. சித்தமிசை சதா சஞ்சலமும் சந்தேகமும் குடிகொள்ளும். காமநோய்க்கு அவன் மேலும் மேலும் எளிதில் இரையாவான். உடலில் உள்ள உறுப்புக்கள் ஒழுங்காக வேலை செய்யா. நரம்புகள் எல்லாம் தளர்ந்தும் தசைகள் வலிவற்றும் போய்விடும். மூளை கலங்கி ஞாபகசக்தி குன்றும். எத்தகைய ஆகாரமும் மருந்தும் இக்கேடுகளுக்குப் பரிகாரமாகா. ஒழுக்கம் தவறிய

ஒரு செய்கையினின்று இத்தனை கேடுகளும் தொடர்ந்து வருகின்றன.

பிரம்மச்சரியம் எத்தகைய பண்பு அளிக்கவல்லது என்று சிவசம்ஹிதை தெற்றென விளக்குகிறது.

मरणं बिन्दु पातेन जीवनं बिन्दु धारणात्
மரணம் பிந்து பாதேன ஜீவனம் பிந்து தாரணாத்

விந்து கலந்து வீழ்வதால் மரணமும், விந்து முறையே கட்டிக் காப்பாற்றப்படுவதால் ஜீவனமும் உண்டாகின்றன என்று அது முரசறைகிறது. சூரியப் பிரகாசம் தன்னைத் தானே விளக்குவது போன்று விந்து தாரணத்தின் மகிமையும் ஓவாது ஒளிரும். தேக வளர்ச்சிக்கும் மனத்திட்பத்துக்கும் பிரம்மச்சரியத்தைப் போன்று வேறு எதுவும் பயன்படாது. வாழ்க்கையில் ஒழுக்கமும் தூய்மையும் உடைத்திருப்பவர்க்கு ஜீவதாதுவாகிய விந்து உடலெங்கும் வியாபித்து அதில் இலயமாகின்றது. மேலான மூளையும் நாடிகளும் தசைகளும் அதினின்று உண்டாகின்றன. உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும் அத்தகைய வலிவூட்டிய பழங்காலத்துப் பிரம்மச்சாரியானவன்

आप्यायन्तु ममाङ्गानि वाक्प्राणश्चक्षुः ।
श्रोत्रमथो बलमिन्द्रियाणि च सर्वाणि ॥

ஆப்யாயந்து மமாங்கானி வாக்ப்ராணஶ்சக்ஷு:
ஶ்ரோத்ரமதோ பலமிந்த்ரியாணி ச ஸர்வாணி

"எனது அங்கங்களும், வாக்கும், பிராணனும், கண்களும், காதும், பலமும், இந்திரியங்கள் யாவும் திட்பம் உடையன ஆகுக" என்று பிரார்த்தித்தான். விரும்பியவாறு அவன் அத்தகைய மாண்புகளையும் எய்தினன்.

ஆக, பிரம்மச்சரிய விரதத்தைக் காப்பவனுக்கு ஆண்மை உண்டு. அவனே அஞ்சாத நெஞ்சம் படைத்தவன் ஆவான். தைரியம் அவன்மாட்டுத் திகழும். வீரன் என்று அவனை அழைக்கலாம். அவனுடைய வதனத்தில் ஆனந்தம் வழியும். கண்களில் ஒளி வீசும். சிதறடையாத அவனது சிந்தையில் கூர் அம்புபோன்று அறிவு ஒளிரும். தொடுத்த கருமத்தை விடாது செய்து சாதிக்கும் வல்லமை பிரம்மச்சாரிக்கே உண்டு. உள்வலிவு கலையாமை என்னும் விரதத்தைக் கடைப்பிடிப்பவனை மனிதன் என்று சொன்னால் போதாது; மானுடவேடம் தாங்கியுள்ள தேவன் என்றே அழைக்க வேண்டும்.

6. சிந்தையின் வலிமை

வஸ்து ஒன்று சூட்சுமமாதற்கேற்ப அது வலிவு மிகப் பெறுகிறது. ஜலத்தை அதற்கு உதாரணமாக எடுத்துக் கொள்ளலாம். அது உறைந்து பனிக்கட்டியாகக் கிடக்கும் போது அதன் ஆற்றலும் மறைந்து போகிறது. உருகி நீரா கப் பெருகும்போது அது ஒரு யானையையும் அடித்துக் கொண்டு போக வல்லதாகிறது. அதே நீர் ஒரு குழாய் வழி யாக மலையினின்று கீழே கடத்தப்படும்போது பெரிய எந்திரங்களை ஓட்டுதற்கேற்ற வேகம் பெறுகிறது. இன்னும் கொதித்து ஆவியாகும்போது பெரிய எந்திரங்களை இயக்கு கின்ற சக்தி அதற்கு அதிகரிக்கிறது. எனவே பொருள் ஒன்றே எனினும், நுண்ணியதாகுமளவு அதன் திறமை மேம் படுகிறது. சரீரத்தில் சூட்சுமம், ஸ்தூலம் ஆகிய இரண்டு பகுதிகளும் சேர்ந்தே இருக்கின்றன. ஊன் உடம்பு ஸ்தூல சரீரம் என்றும், மனோதத்துவம் சூட்சும சரீரம் என்றும் சொல்லப்படுகின்றன. பருத்த உடலை நுண்ணியதாகிய

உள்ளம் எப்போதும் இயக்குகிறது. ஏதேனும் ஓர் ஆபத்தினின்று தப்பவேண்டுமென்னும் எண்ணம் சிந்தையில் துள்ளி எழும்போது தளர்வுற்றிருக்கும் சரீரமும் நெடுந்தூரம் விரைந்து ஓடுகிறது. சூட்சும சரீரமே ஸ்தூல சரீரமாகத் திரள்கிறது. அதாவது நுண்ணிய மனமே பருத்த உடலாகப் பரிணமிக்கிறது. இன்னும் தேகமானது மனதால் உபயோகிக்கப்படும் ஒரு கருவியாகும். மனதுக்கிசைந்து உடல் நடந்துகொள்வதுமன்றி, மனதில் ஏற்படும் மாறுதல்களுக்கு ஏற்ப உடலும் மாறி அமைகிறது. தேக அமைப்பு சித்தவிருத்தியை ஒட்டியதாகும். உள்ளம் தூயதாகும் பொழுது உடலும் தூயதாகிறது. உள்ளம் காமனது உறைவிடமாகும்போது உடலும் அவ்வாறே திரிவுபடுகிறது.

வலிவு மிக வாய்க்கப்பெற்ற சிந்தையை மேலும் பண்படுத்துவதே பிரம்மச்சரிய ஆச்ரமத்தின் நோக்கமாகும். சிந்தைக்கு வலிவு ஆத்மாவிடத்திருந்து வருகிறது. உடலை அலங்கரிப்பதில் இக்காலத்தில் கருத்து வைக்கப்படுகிறது. பாங்குடன் ஆடையணிபவர் மேன்மக்களெனப் போற்றப்படுகின்றனர். சீருடன் உடைதரியாதவர் சமுதாயத்தின் முன் தோன்றலாகாதென்று எண்ணப்படுகிறது. உடலை அலங்கரிப்பது யாருக்குமே எளிது. உள்ளத்தை ஒழுங்குபடுத்துபவனே உத்தமனுவான். உடல் அமைப்பில் மனிதர் போன்று காணப்படுபவர் பலர் மன அமைப்பில் மிருகங்கள் போன்று உளர். பிறர் மேனியைக் காண்பது போன்று பிறருடைய மனதையும் காண மனிதனுக்கு இயலுமாயின் அநேகர் சமுதாயத்தின் முன் தோன்றத் தயங்குவர். ஏனென்றால் வெட்ககரமான கசுமலங்கள் மனதில் புதைந்து கிடக்கின்றன. நாள்தோறும் மனதில் உதிக்கும் எண்ணங்களையெல்லாம் உள்ளபடி உலகுக்கு எடுத்துச்சொல்ல யாருமே வெட்கப்படுவர்.

இத்தகைய பரிதாபகரமான நிலைமையில் இருக்கும் மனிதன் தன்னைப்பற்றிப் பெருமை மிகப் பாராட்டுவது எதற்காக?

பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கையில் முக்கியமாக வேண்டப்படுவது மனதை நன்கு அலசிப்பார்த்து அதன்கண் உள்ள ஊழல்களையெல்லாம் அகற்றுதலேயாம். ஏனைய ஊழல்களுக்கெல்லாம் காரணமாயிருப்பது காமநோய். காமம் என்னும் மலம் சித்தத்தினின்று அறுபடும்போது ஜீவன் சிவமாகின்றான். அவ்வாறு தெய்வத்தன்மை எய்துதற்கு மனிதன் என்ன செய்யவேண்டுமென்று கடவுளே தபசு புரிந்து காட்டுகிறார். சிவபெருமான் ஆழ்ந்து ஆத்ம நிஷ்டையிலிருக்கும்போது காமன் வந்து அவரது மனதைக் கலைக்க முயலுகிறான். மன்மதனுக்கு வசப்படாத அவர் ஞானக்கினியால் அவனைப் பஸ்பம்செய்துவிடுகிறார். உயர்நிலையடைய விரும்புபவர் செய்யவேண்டியது இதுவேயாம். காமனுக்கு வசப்படுபவர் கீழ்மையையும், அவனை வெல்லுபவர் மேன்மையையும் அடைவர். For there are some eunuchs, which were so born from their mother's womb; and there are some eunuchs, which were made eunuchs of men; and there be eunuchs which have made themselves eunuchs for the kingdom of heaven's sake. He that is able to receive it, let him receive it. "சிலர் தாயின் வயிற்றினின்றே பேடுகளாகப் பிறக்கின்றனர்; சிலர் மக்களால் பேடுகளாக்கப்படுகின்றனர்; இன்னும் சிலர் பரலோகப் பிராப்தியின் பொருட்டுத் தாமே பேடுகளாகின்றனர். இதை அறிந்துகொள்ள வல்லவன் அங்ஙனம் செய்யட்டும்" என்றார் கிறிஸ்துநாதர். பரலோகப் பிராப்தியின் பொருட்டுப் பேடு ஆகின்றவன் வெறும் அலி அல்லன். அலியினிடத்து ஆண்மை இல்லை, வீரியமில்லை; பதர் போன்றவன் அவன். ஆனால்

இந்திரியங்களை வென்று பிரம்மச்சரிய விரதத்தில் நிலை நிற்ப வன் மகாவீரன். அவனது மன வலிமையையும் ஆத்ம சக்தி யையும் அளவிட யாருக்கும் இயலாது. சங்கரர், புத்தர், ஏசுகிறிஸ்து, விவேகானந்தர் போன்ற பெரியார்கள் பார மார்த்திகப் பெருவாழ்வின் பொருட்டுப் பேடுகளாயினர். அத்தகைய வாழ்வின் மூலம் உலகுக்கு அவர்கள் வழங்கிய நன்மையும் ஒப்பற்றதாகும். தெய்வத்தன்மை எய்த விரும் பும் அனைவர்க்கும் என்றென்றைக்கும் அப்பெரியார்க ளுடைய வாழ்வு தூண்டுகோல் போன்று பயன்படும்.

7. விழிப்பு வெற்றி தரும்

தீய எண்ணம் திருடனைப் போன்றது. திருடனுக்கு வெளிச்சத்தில் வேலையில்லை; விழித்திருப்பவர் வீட்டினுள் ளும் அவன் நுழையமாட்டான். மேலாம் வாழ்க்கையைப் பற்றிய உணர்ச்சியில்லாதவர் உறங்குபவர்க்கு ஒப்பாவார். இருள் சூழ்ந்த அன்னவர்களது உள்ளத்தில் அற்ப எண்ணங் கள் எளிதில் உதிக்கின்றன. அத்தகைய நினைவுகளைத் தடுப் பதும் அவர்களுக்குச் சாத்தியமன்று. கேடுடைய செய்கை களைப்பற்றி நினைக்க நினைக்க அவைகளைப்பற்றிய ஞானம் உண்டாகிறது. முன்பு தெரிந்திராத ஒன்றன்மீது மனித னுக்கு ஆசை வருவதில்லை. கேட்டும், பார்த்தும், எண்ணி யும், தீண்டியும் ஒரு பொருளை அறிந்த பின்பே அதன்மீது பற்று உண்டாகிறது. உயர்ந்த இலட்சியத்துக்கு உழைக் காதவரது இருள் நிறைந்த உள்ளத்தில் புல்லிய எண்ணங் களே உதிக்கின்றன. அவர்கள் பார்ப்பதும், கேட்பதும், புழங்குவதும் அற்ப விஷயங்களையேயாம். எனவே அற்ப ஆசைகளில் கட்டுண்டு அவர்கள் கீழ்மக்களாகின்றனர்.

ஓர் எண்ணத்தில் ஆழ்ந்து மூழ்கியிருப்பவனுக்கு மற் ்றோர் எண்ணம் உதிப்பதில்லை; உதித்தாலும் அது உடனே

மறைந்துபோம். நெருங்கிய உற்ருர் அல்லது உறவினர் உயிர்மரித்த காலே ஒருவனுக்கு அற்ப ஆசை உதிப்பதில்லே. துயரத்தில் மூழ்கிக் கிடக்கும் மனதிற்கு அப்போது வேறு எதையும் பற்றி எண்ண அவகாசமில்லே. அவ்வாறே உயர்ந்த இலட்சியம் ஒன்றில் கண்ணும் கருத்துமாயிருப்பவர்க்கு, அந்த உயர்ந்த இலட்சியத்தை அடைந்தாலொழிய உயிர் வாழ்ந்திருக்கச் சகியாதவர்க்குச் சிற்றின்பங்களேப்பற்றிச் சிந்திக்க நேரமில்லே, சிற்றின்பத்துக்கு ஏதுவானவைகள் அவரை நாடி வலிய வரினும் அவர் அவைகளேத் துச்சமெனத் தூர ஒதுக்குவர். ஏசுகிறிஸ்துவின் ஜீவிதத்தில் நாம் அத்தகைய மனநிலேயை நன்கு காண்கிருேம். பரத்தினேச் சார அவர் பசித்திருந்தார். அவ்வுயர் நிலேயை அடைந்தாலொழிய உயிர்வாழ்ந்திருக்கவும் அவர் ஒருப்பட்டார் அல்லர். அது போழ்து புல்லிய ஆசைகளுக்கு உறைவிடமாகிய பிசாசு அவரை வந்து மயக்க முயன்றது. பெறுதற்கு அரியதாகிய ஒன்றை நாடிப் பரிதவிப்பதைத் தவிர்த்துவிட்டு இன்பகரமான சுகங்களே எளிதிற்பெற்று இன்புற்றிருக்கலாமென்று அது மையலூட்டிற்று. "பிசாசே, நீ அப்பால் செல்லுக," என்று ஏசுநாதர் அதை விரட்டியோட்டினுர். ஏனென்ருல் அவர் மெய்ப்பொருளே நாடி விழிப்புற்றிருந்தார். அதற்கு அன்னியமான எதனிடத்திலும் அவர் சிந்தையைச் சிதறவிட இயைந்தாரல்லர்.

புத்தர் பெம்மானது நிலேமையும் அத்தகையதேயாம். அவர் கடுந்தவம் புரிந்துகொண்டிருந்தபோது மன்மதன் அவர் முன் தோன்றி அவரை மயக்க முயன்ருன். அது போழ்து புத்தர் என் செய்தார்? ஆசை என்னும் காற்று வீசும்போது அற்ப மனதையுடையவர் செடி கொடிகளேப் போன்று ஊசலாடுவர். கற்பாறை போன்று உறுதியான

உள்ளத்தையுடையவர் முன் ஆசை என்னும் புயல் காற்று என் செய்யும்? மன்மதனால் மயக்கப்பட்டபோது புத்தர் செய்த தீர்மானம் சாதகர்களுக்குச் சந்ததமும் உயிர் ஊட்ட வல்லதாகும். சிங்கம் போன்று அவர் கர்ஜித்த சபதமாவது: "பர்வத ராஜனாகிய மேரு தன் இடத்தைவிட்டு நகரலாம், அண்டங்களெல்லாம் நொறுங்கி ஆகாயத்தில் மறைந்து போகலாம், சூரியனும் சந்திரனும் நக்ஷத்திர கணங்களும் தத்தம் போக்கினின்று பிசகிவிடலாம், ஜகத்திலுள்ள ஜீவர்களெல்லாரும் ஒரே மனப்பான்மையைப் பெற்று விடலாம், சமுத்திரம் வறண்டு போய்விடலாம். ஆனால் ஓ, மன்மதா! நான் கொண்டுள்ள விரதத்தினின்று நீ என்னை அணுவளவும் அகற்ற முடியாது." பிரம்மச்சரிய விரதத்தில் நிலைநிற்பவர்க்கே இத்தகைய உறுதியுண்டாகும். நாடிய கருமத்தைத்தவிர வேறு எதிலும் அவர் கருத்து வைக்க மாட்டார். விழிப்பும் வீரியமும் வாய்க்கப்பெற்ற அவர்களது உள்ளம் மேலாம் லட்சியத்தின்மீது கூர் அம்பெனப் பாய்ந்து வெற்றி பெறுகிறது. நலம் அனைத்தையும் அடைய வல்ல பரிபாகமே ஆத்ம சக்தி என்று சொல்லப்படுகிறது.

8. இயற்கை வாழ்க்கைக்கு முரண்பட்டதா?

பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கை இயற்கை வாழ்க்கைக்கு முரண் பட்டதென்று பலர் கருதுகின்றனர். தக்க வயது வரும் போது மணம் புரிந்துகொண்டு, இல்வாழ்க்கை நடாத்திப் பிள்ளைகளைப் பெற்ற பின்பு சிற்றின்ப இச்சைகளை நீக்கலாம் என்கின்றனர் ஒரு சாரார். அவ்விச்சை இருக்குமளவு அதைப் பூர்த்தி பண்ணுதலே முறை என்கின்றனர் இன்னொரு சாரார். இச்சையை அடக்குவதும் மாற்றுவதும் இயற்கைக்கு ஒவ்வாதது என்பர். பின்பு இயற்கைக்கு உடன்பாடானது எது என்பதுதான் கேள்வி. அவரவர்

அடைந்திருக்கும் பண்பையும் பயிற்சியையுமே ஒவ்வொரு வரும் இயற்கை வாழ்க்கை என்பர். மிருகங்களுக்கும், மிருகங்களின் இயல்புடைய மக்களுக்கும் புலனடக்கத்தைப் பற்றிய பிரச்னை கிடையாது. அப்போதைக்கப்போது எழும் உணர்ச்சியின்படி ஒழுகவேண்டுமென்பது அவர்கள் கருத்து. ஏகபத்தினி அல்லது பதிவிரதம் எதற்காக என்றும் அவர்கள் கேட்கின்றனர். மனம் போனபடி வாழ்தலே அவர்கள் அறியும் இயற்கை வாழ்க்கையாகும். தத்தம் மனதுக்கு உகந்ததை நன்னெறியென்று சாதிப்பாரை அறி வாளர் எனலாகாது. வடிவத்தில் மட்டும் மக்களாகிய அவர்கள் இயல்பில் விலங்குகளுக்கு ஒப்பாவர்.

இயற்கையில் எல்லாப் படித்தரங்களுக்கும் இடமுண்டு. விலங்குத் தன்மை, மனிதத்தன்மை, தெய்வத்தன்மை ஆகிய அனைத்தும் இயற்கையில் அடங்கிவிடுகின்றன. இவை களுள் விரும்பியதை அடையும் சுதந்திரம் மனிதனுக்கு உண்டு. தெய்வத்தன்மையில் தனக்கு இன்னும் அவா எழ வில்லையென்று மனிதன் உண்மையைச் சொல்லட்டும். அத்தகையவன் காலக்கிரமத்தில் முன்னேறுவான். தெய்வ சம்பத்து நிறைந்த பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கை இயற்கைக்கு விரோதமானது என்று கூறி காம வாழ்க்கையில் இறங்கு பவனுக்கு எந்நாளும் விமோசனமில்லை. அப்புல்லறிவாளன் எப்போதும் மிருகத்தன்மையிலேயே உழன்று கிடப்பான்.

இல்வாழ்க்கைக்கும் பிரம்மச்சரியம் முற்றிலும் வேண்டப் படுகிறது. விரும்பியவாறு சிற்றின்பத்தில் மூழ்கிக் கிடப்ப தற்கென்று ஏற்பட்டதன்று கிருஹஸ்த ஆச்ரமம். அது புனி தம் மிக வாய்க்கப்பெற்றது. சத்புத்திரர்களை ஈன்றெடுத்து உலகுக்கு அளிப்பதே இல்லறத்தின் முடிவான நோக்க மாகும். விலங்குகளைப்போன்று காம நுகர்ச்சியில் திளைத்துக்

கிடப்பவர்க்கு மேலோர் ஒருநாளும் பிள்ளைகளாகப் பிறவார். புலன்கள் அடங்கப்பெற்றுத் தவம் புரிந்து இறைவனை இறைஞ்சி நிற்பவருக்கே சத்புத்திரர் உத்பவிப்பர். பிள்ளைகளைப் பெறுதல் ஒரு பெரும் யாகம் என்று சொல்லப்படுகிறது. யாகம் பரிசுத்தமாயிருப்பதற்கு ஏற்ப அதன் பலனாகிய பிள்ளைப்பேறும் பரிசுத்தமானதாகும். ஆச்ரமம் என்பதன் பொருள் தூயநிலை. பிரம்மச்சரியம் முதல் சந்நியாசம் வரையில் உள்ள நான்கு ஆச்ரமங்களும் தூய்மையில் நிலைத்திருப்பவைகள். விலங்குகளைப் போன்று சரீர சுகத்தில் கட்டுண்டு கிடப்பவர் எந்த ஆச்ரமத்துக்கும் உரியவர் ஆகார். கிரஹஸ்த ஆச்ரமம் பவித்ரமடையுமாயின் ஏனைய மூன்று ஆச்ரமங்களும் மேன்மையுறுவது நிச்சயம். வாழ்க்கைக்கு அஸ்திவாரம் போன்றிருப்பது பிரம்மச்சரியம் என்று இயம்பினேம். அந்த அஸ்திவாரத்தை அமைப்பவர் இல்வாழ்பவர்களேயாம். "ஹே மானுடா, நீ விவாகம் செய்து கொண்டபடியால் விரும்பியவாறு சிற்றின்பத்தில் மூழ்கலாமென்று கருதாதே" என்று ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர் எச்சரிக்கை செய்துள்ளார். இரண்டொரு சத்புத்திரரைப் பெற்ற பிறகு கணவனும் மனைவியும் சகோதர சகோதரிகளைப் போன்று வாழ வேண்டுமென்று அவர் அடிக்கடி இல்வாழ்பவர்க்கு உபதேசித்து வந்தார்.

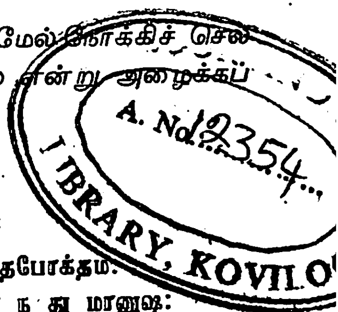
சிலர் பிறவியிலேயே நித்திய சித்தர்களாயிருக்கின்றனர். அவர்கள் உடற்கூற்றை அடியோடு வென்றவர்கள். சுகர், சங்கரர், ஏசுகிறிஸ்து முதலாயினோர் அக்கூட்டத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கையே அத்தகையவர்க்கு இயற்கையான வாழ்வாகும். அதினின்று வழுவுபவர் பரலோகப் பிராப்தியினின்று வீழ்ந்தவர் ஆவர். மனிதனுக்கு இயற்கையாயும் சாசுவதமாயுமுள்ள அந்நிலையை மீண்

டும் எய்தினலொழிய அவன் பிறவிப் பெருங்கடலை நீந்தான். தனக்குச் சொந்தமாயுள்ள தூயநிலையைப் பாதுகாத்து வைப்பவனது ஆத்மசக்தி ஓங்குகிறது மலரில் மணம் நிறைந்திருப்பதுபோன்று அவனது சிந்தையும், சொல்லும், செயலும் அத்தூய்மையை விளக்கும்.

9. சில அனுஷ்டான விதிகள்

சரீரத்தில் மூலாதாரம், சுவாதிஷ்டானம், மணிபூரகம், அனாகதம், விசுத்தி, ஆக்ஞை என்று ஆறு ஆதாரங்களிருக்கின்றன. அவைகளுள் உடலின் அடிப்பாகத்தில் குறியின் கண் இருப்பதற்கு மூலாதாரம் என்று பெயர். பின்பு அதற்குச் சற்றுமேல் இருப்பது சுவாதிஷ்டானம்; நாபியில் இருப்பது மணிபூரகம்; ஹிருதயக் கமலத்தில் இருப்பது அனாகதம்; கண்டத்தில் இருப்பது விசுத்தி; நெற்றியில் இருப்பது ஆக்ஞை. மூலாதாரம் முதலிய முதல் மூன்று ஆதாரங்களில் மனது உழலும்போது சரீர உணர்ச்சி தடித்திருக்கும். காமவிருத்திகளும் சரீர சுகங்களைப்பற்றிய எண்ணங்களும் அப்போது அதிகரித்துக்கொண்டே போகும். அந்நிலைமையில் இருப்பவனுக்குப் பிரம்மச்சரிய விரதம் அனுஷ்டிப்பது சாத்தியமன்று. உயர்ந்த எண்ணங்கள், பெற்ற தாயினிடத்திருப்பதுபோன்ற தூயஅன்பு, ஈசுவர சிந்தனை முதலிய தெய்வத் தன்மைகளில் மனது லயிக்கும்போது, அது அனாகதம் முதல் ஆக்ஞை வரையில் உள்ள ஆதாரங்களில் வீற்றிருக்கும். அந்நிலைமையில் சரீர ஞாபகம் மங்கிவிடுகிறது; ஆத்மபோதம் மேலிடுகிறது; பிரம்மச்சரியம் என்னும் தூயநிலை இயல்பாகவே வாய்க்கின்றது. மனதை யாண்டும் ஹிருதயக்கமலத்திலும் அதற்கு மேலுள்ள ஆதாரங்களிலும் நாட்ட வல்லவன் சாதகர்களுள் சிரேஷ்டமானவனாகின்றான். சொப்பனத்திலும் அவனுக்கு உலக ஆசைகள் உண்டாவது கிடையாது.

விந்து தாரை அவனுக்கு எப்போதும் மேல்நோக்கிச் செல்லும். ஆதலால் அவன் ஊர்த்துவரேதஸ் என்று அழைக்கப் படுகிருன்.



न तपस्तप इत्याहुर्ब्रह्मचर्यस्तपोत्तम:
ऊर्ध्वरेता भवेद्यस्तु स देवो न तु मानुष:

ந தபஸ்தப இத்யாஹுர் ப்ரஹ்மசர்யஸ்தபோத்தம:
ஊர்த்வரேதா பவேத்யஸ்து ஸ தேவோ ந து மானுஷ:

மற்றத் தவங்களெல்லாம் தவங்களாகா. பிரம்மச்சரிய விரதம் ஒன்றே தபசு என்று சொல்லத் தகுந்தது. ஊர்த்துவ ரேதஸ் ஆக இருப்பவன் மனிதனல்லன். அவனே தேவனு கிருன்.

மனிதன் காம எழுச்சிக்கு வசப்படும்போதெல்லாம் அதன் ஆதிக்கம் வலுக்கிறது; அதனுல் அவனுடைய ஆற்றலும் சுதந்திரமும் குறைகின்றன. மனிதன் காமத்தை வெல்லுகிற ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் அதன் ஆவேசம் குறைகிறது; மனிதனது ஆத்மசக்தி அதிகரிக்கிறது. ஆதலால் காமம் தலையெடுக்கும்போதே அதைக் களைந்தெறிய வேண்டும். காமம் எப்பொழுதும் உடலின் கட்டழகில் களிப்புறச் செய்கிறது. அதுபோழ்து உடலின் அழியும் தன்மையையும் அருவருக்கத்தக்க இயல்புகளையும் பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டும். உடலின் ஆபாசங்களை உள்ளபடி உணர்பவன் ஒருபோதும் அதன்மீது வாஞ்சை வைக்க மாட்டான். தத்துவ விசாரணை பண்ணுதல், சதா ஸத்கர்மத்தில் ஈடுபடுதல், கசிந்துருகிப் பிரார்த்தனை செய்தல் முதலிய சாதனங்களால் மனதை எப்பொழுதும் உன்னத நிலைமையில் வைத்திருக்க இயலும்.

நல்லார் இணக்கம் பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கைக்குப்பெரிதும் பயன்படும். தருணம் வாய்க்கும் போதெல்லாம் மனிதன் ஏகாந்தத்துக்குச் சென்று சிந்தையை ஆராய்ந்து பார்க்க வேண்டும். ஆண், பெண் ஆகிய இருபாலாரும் கூடி வாழ்தல் பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கைக்குப் பிரதிகூலமாகும். காம நுகர்ச்சியைப் பற்றிய மனப்பான்மையை இருபாலாரும் அடியோடு மாற்றுதல் அவசியம். பெண்களையெல்லாம் பிராசக்தியின் வடிவமாகக் காண்பது ஆடவர்க்கு அவசியம். அவ்வாறே மகளிர் ஆண்பாலரைச் சிவம் அல்லது நாராயண வடிவமாகக் கருதவேண்டும். சரீர முதிர்ச்சி, மனமுதிர்ச்சி முதலியவைகளுக்கிடையில் ஆண், பெண் என்னும் பேதமறியாது என்றைக்கும் பச்சைக் குழந்தைகளைப் போன்றிருப்பவர் மகாயோகிகளாவர்.

நாம் படைத்திருக்கும் சரீரத்தின் மகிமையே பலருக்குத் தெரிவதில்லை. சிற்றின்ப உணர்ச்சி வரும்போதுதான் அதன்கண் உள்ள அசுசியை முன்னணிக்குக் கொண்டு வர வேண்டும். மற்று, எத்தகைய நன்மையின் பொருட்டு இறைவன் அதை நம்பால் ஒப்படைத்திருக்கிறார் என்பதைச் சந்ததமும் அறிவது நம் கடமையாகும். "Know ye not that ye are the temple of God, and that the Spirit of God dwelleth in you? If any man defile the temple of God, him shall God destroy; for the temple of God is holy which temple ye are."—"நீங்கள் இறைவனுடைய கோயில் என்பதையும், இறைவனுடைய அருள் உங்களிடத்துக் குடிகொண்டுள்ளது என்பதையும் அறியவில்லையா? யாராவது கோயிலுக்குத் தீங்கிழைப்பாராகில் அவரைக் கடவுள் அழித்துவிடுவார். ஏனென்றால் கோயில் பரிசுத்தமானது. நீங்களே அக்கோயில் ஆவீர்கள்." இவ்

வாறு கிறிஸ்தவப் பெரியார் ஒருவர் பகர்ந்துள்ளார். நம் நாட்டுப்பெரியார்களும்

உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம்பு ஆலயம்
வள்ளல் பிரானுர்க்கு வாய்கோபுர வாசல்
தெள்ளத் தெளிந்தார்க்குச் சீவன் சிவலிங்கம்
கள்ளப் புலன்ஐந்துங் காளாமணி விளக்கே

என்று உரைத்திருக்கின்றனர். இமைப்பொழுதும் நம் நெஞ்சத்தினின்று நீங்காது இறைவன் அதனுள் குடிகொண்டிருக்கிறர். அவரது ஆலயத்தைத் துர்ப்பிரயோகப்படுத்துவது அவரைப் புறக்கணிப்பதாகும். அதை அவரது இருப்பிடமாகக் கருதுபவர் பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கையின் மூலம் அதை யாண்டும் தூயதாக வைத்திருப்பர். அப்பொழுது ஆத்ம சக்தியானது தானாகவே அவர்களிடம் மிளிரும்.

காமம் எப்போதும் ரஜோகுணத்தினின்று உத்பவிக்கிறது. ஆதலால் ரஜோகுணத்துக்கு ஏதுவாகிய எண்ணங்களையும் உணவுகளையும் விலக்குதல் அவசியம். அதிகக் கசப்பு, காரம், புளிப்பு, உவர்ப்பு, உஷ்ணம் முதலியன நிறைந்த ஆகாரத்தையும் பதைபதைப்பை உண்டுபண்ணும் உணவையும் புசிக்கலாகாது. ஜீரணக் கருவியும் குடலும் எப்போதும் சுத்தமாயிருக்கும்படி எச்சரிக்கை எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். மிருதுவான படுக்கையும் சொகுசான ஆடையும் பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கைக்குத் தகா. சிற்சில வேளைகளில் கொஞ்சம் பட்டினியிருப்பது நன்று. இரவில் உண்டியைச் சுருக்கி அதுவும் பெரிதும் ஜீரணமான பின்பே படுக்கைக்குப் போகவேண்டும். நேரத்தில் நித்திரைபோய் அதிகாலையில் எழுந்திருந்து குளிர்ந்த ஜலத்தில் நீராடுவது நன்மை பயக்கும். உறங்குதற்குமுன் இறைவனைப் பற்றிய சிந்தனை; விழித்தெழுந்ததும் அவனுடைய சிந்தனை; இப்

பழக்கம் மனதைத் தூயதாக்குதற்கு இன்றியமையாதது. இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை வியர்வை வரும் வரை தினந்தோறும் தேகப்பயிற்சி செய்வது முற்றிலும் அவசியம். பிரம்மச்சாரி யாண்டும் கோவண தாரியாயிருத்தல் வேண்டும். கட்டுக்கடங்காது மனது காம எண்ணங்களில் பிரவேசிக்கும் போது பகவானுடைய திருநாமத்தை உரக்க உச்சரித்துப் பிரார்த்தனையும் ஸ்தோத்திரமும் செய்யவேண்டும். குரு, மாதா, பிதா நீங்கலாக வேறு யாருடைய சரீரத்தையும் பிரம்மச்சாரி தீண்டலாகாது. தேகத்தை மறந்திருக்குமளவு ஒருவன் பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறுகிறான். பகவத் சிந்தனை வலுக்குமளவு தேக சிந்தனை அற்றுப் போகிறது.

10. பிறவிப் பெரும் பயன்

பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கையில் வரும் பயனை யோக சூத்திரம் தெற்றெனத் தெளிவுறுத்துகிறது.

ब्रह्मचर्य प्रतिष्ठायां वीर्य लाभः

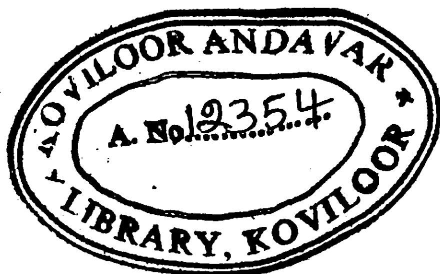
ப்ரஹ்மசர்ய ப்ரதிஷ்டாயாம் வீர்ய லாப:

பிரம்மச்சரியத்தில் நிலைநிற்பவர்க்கு வீரிய லாபமுண்டாகிறது என்பது அதன் பொருள். காம உணர்ச்சிகளை அடியோடு வென்றுவிடுவது பிரம்மச்சரியம். மனம், வாக்கு, காயம் என்னும் திரிகரணங்களும் சிற்றின்ப ஆசையால் கலக்கப்படாதிருத்தல் வேண்டும். அங்ஙனம் காப்பதன் மூலம் சரீரமே புதியதாக மாறி அமைகிறது. அப்போது ஓஜஸ் என்னும் ஆத்ம சக்தி உண்டாகிறது. தேகத்திலுள்ள நாடிகளெல்லாம் வலிவு பெறுவதோடு மேதை என்னும் புதியதொரு நாடியும் உண்டாகிறது. அதுபோழ்து மலங்களெல்லாம் நீங்கப்பெற்ற சித்தம் ஸ்படிகம் போன்று

ஆய்விடுகிறது. சூரியனைக் கண்ணாடியானது உள்ளபடி பிரதிபிம்பிப்பது போன்று ஸ்படிக மயமான உள்ளத்தின் கண் ஆத்ம தேஜஸ் திகழ்கின்றது. அதை ஞானக்கண் என்றாலும் ஒவ்வும். தெளிந்த சித்தத்தில் ஆத்ம ஞானம் உள்ளபடி ஒளிர்கின்றது. சிற்றறிவினனான மானுடன் அப்போது வாலறிவன் அல்லது சர்வக்ஞன் ஆய்விடுகிறான். ஏட்டுக் கல்வியால் வருவது ஞானமல்ல. பிரம்மச்சாரியின் ஸ்படிகம் போன்ற மனதில் மிளிரும் ஆத்ம ஜோதியே மெய்ஞ்ஞானமாகும்.

பகவத் சம்பத்துக்கள் ஆறில் ஒன்று வீரியம். அது உடைத்திருப்பவன்மாட்டுப் பொலிவது தெய்வப் பெற்றியே யாம். பிரம்மச்சாரிக்கே வீரியம் உண்டாகிறது. அவன் எதற்கும் அஞ்சுவது கிடையாது. உலகத்தையே துச்சமென எண்ணி அவன் அதைப் பொருள்படுத்துவதில்லை. ஆனால் உலகம் அவனிடமிருந்து அடையும் நன்மைக்கோர் அளவில்லை. இது பரியந்தம் இத்தொல்லுலகம் பெற்றிருக்கும் நன்மைகளனைத்தும் பிரம்மச்சரிய வாழ்க்கையைக் கடைப்பிடித்தவர்களிடமிருந்தே வந்தவைகளாம். தேக சுகத்தில் ஈடுபடுபவர்க்குச் சுயநலப்பற்றும் தொடர்ந்தே வந்துவிடும். சுயநலம் கோருபவர்க்குப் பயமுண்டு. பொருள் போய் விடும், போகம் போய்விடும் என்று அவர்கள் அஞ்சுகின்றனர். பிரம்மச்சரியம் என்னும் பொக்கிஷத்தைப் பிறர் யாரும் கைப்பற்ற முடியாது. அதை உடைத்திருப்பவன் வீரன் போன்று வாழ்கிறான். வீரன் போன்று உலகுக்குச் சேவை செய்கிறான்; வீரன் போன்று மரணத்தை அங்கீகரிக்கிறான். அனாயாச மரணம் மனிதனால் வேண்டப்படும் பேறுகளில் ஒன்றாகும். ஒருவன் எவ்வளவுக்கெவ்வளவு பிரம்மச்சரிய விரதம் அனுஷ்டிக்கின்றானோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு

வேதனையின்றித் தன் தேகத்தை விடுவது உறுதி. பூரண பிரம்மச்சாரிக்கு மரணம் ஓர் ஆபரணம் போன்றது. அவன் வாழ்வதிலும் மகிமையுண்டு; மாய்வதிலும் மகிமையுண்டு. வீரியத்துக்கும் சிறுமைக்கும் வெகு தூரம். பிரம்மச்சரியம் வாழ்க்கைக்கு முகாமையாயிருப்பது போன்று அதுவே வாழ்க்கையின் முடிவுமாகின்றது. பிரம்மச்சாரிகளுக்கு மட்டுமே இம்மண்ணுலகம் விண்ணுலகமாகக் காட்சி கொடுக்கிறது. ஆதலால் தங்களுக்கும் உலகுக்கும் நன்மை செய்யும் ஆத்ம சக்தியைப் பெற விரும்புபவர் பிரம்மச்சாரி களாவார்களாக.



ௐ



ஸ்ரீமத் சுவாமி சித்பவானந்தர் இயற்றிய நூல்களில் சில

வெளியிடுவோர்

ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண தபோவனம்

திருப்பராய்த்துறை - 639115

திருச்சி மாவட்டம்

புத்தகங்களின் பெயர்

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை *(தமிழ் தெலுங்கு ஒரியா)*

திருவாசகம்

ஐயம் தெளிதல் பாகம் I II III

ஸ்ரீலலிதா ஸஹஸ்ரநாமம்

கர்மயோக விளக்கம்

ஞானயோக விளக்கம்

இராஜயோக விளக்கம்

பக்தியோக விளக்கம்

பரமஹம்சரின் பெருமை

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை *(பாராயண கீதை)*

தாயுமானவர் இயற்றிய பராபரக்கண்ணி

கல்வி

மஹாபாரதம்

திருக்கயிலாயகிரி யாத்திரை

சந்தேகம் தெளிதல் பாகம் I II III

ஸ்ரீராமகிருஷ்ணர் உபதேச மஞ்ஜரி

கடவுளின் வடிவங்கள்

தேவரகசியம் *(முதலிய கதைகள்)*

ஸ்ரீதாயுமானவ சுவாமி பாடல்கள்

விவேகானந்த விவரணம்

இராமாயணம்

சகோதரி நிவேதிதை

எதிர்கால இந்தியா

தமிழகத்தில் சுவாமி விவேகானந்தர்

அருள்விருந்து (பாகம் *I II II)*

ஸ்ரீவிவேகானந்த ஜீவிதம்

தினசரி தியானம்

விஷ்ணுவின் ஆயிரம் திருநாமங்கள்

பஜனைப் பாடல்கள்

மாணவருக்கு ஒரு சொல்

அறம் வளர்த்த நம்பி

ஸ்ரீசாரதா தேவியாரது சரிதம்

கண்ணன் என்னும் கடவுள்

உலகை உய்வித்த உத்தமன்

விவேகானந்த உபநிஷதம்

தாயுமானவர் இயற்றிய சுகவாரி

சுவாமி விவேகானந்தர்

ஸ்ரீராமகிருஷ்ண சரிதம்

அம்பிகையின் ஆயிரம் திருநாமங்கள்

The Bhagavad Gita

Daily Divine Digest

Sri Krishna

Mahabharata

Ramayana

The Indian National Education